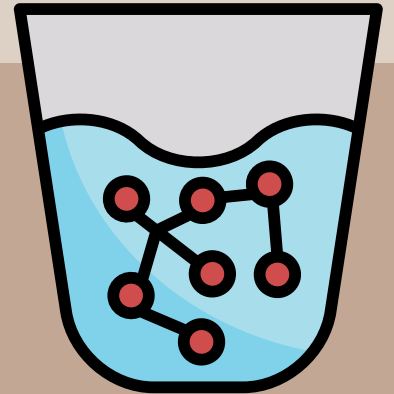




Häufige Fragen zum Thema



# Bindemittel

---

und HPU

- von Sonja Schmitzer - HPUandYou



# Haftungsausschluss

Dieses Dokument dient ausschließlich der neutralen Information und allgemeinen Weiterbildung. Er stellt keine Empfehlung oder Bewerbung der beschriebenen oder erwähnten diagnostischen Methoden, Behandlungen oder Arzneimittel dar.

Er erhebt weder einen Anspruch auf Vollständigkeit, noch kann die Aktualität, Richtigkeit und Ausgewogenheit der dargebotenen Information garantiert werden. Die vorliegende Anleitung ist keine Therapie und ersetzt keinesfalls die fachliche Beratung durch einen Arzt oder Apotheker und sie darf nicht als Grundlage zur eigenständigen Diagnose und Beginn, Änderung oder Beendigung einer Behandlung von Krankheiten verwendet werden.

Konsultiere bei gesundheitlichen Fragen oder Beschwerden immer den Arzt Deines Vertrauens! Sonja Schmitzer (HPU and You) übernimmt keine Haftung für Unannehmlichkeiten oder Schäden, die sich aus der Anwendung der hier dargestellten Informationen ergeben.



# Q & A

Diese Fragen beschäftigen HPULer häufig zum Thema **Bindemittel**:

## Q Kann ich Chlorella als Bindemittel nehmen?

### ANTWORT

Chlorella an sich ist kein klassisches "Bindemittel" in dem Sinne. Es bindet also keine Giftstoffe, sondern mobilisiert sie. Gerade wenn man HPU hat, sollte man Chlorella eher nicht einnehmen, da es Giftstoffe in deinem Körper mobilisiert, aber sie nicht ausscheidet. Da HPULer sowieso schon eine Entgiftungsschwäche haben, würde dein Körper diese Gifte nur schwer ausscheiden können. Es kann also auch gut sein, dass du dich nach der Einnahme noch schlechter fühlst. An der Stelle ist es wichtiger, die körpereigene Entgiftung zu fördern.

Hier ein Beitrag, den Sonja zu dem Thema verfasst hat:

*"Chlorella in der HPU-Therapie*

*Da einige Fragen zu Chlorella kamen, möchte ich gerne ein paar Gedanken mit euch teilen.*

*1. HPULer haben meist eine Menge unangenehmer Symptome, weil ihr Stoffwechsel nicht richtig läuft.*

*Betroffen davon sind auch alle Entgiftungsphasen.*

*Da liegt es nahe, eine schnelle Lösung zu wünschen und die eröffnet sich beim ersten Hinschauen meist durch Chlorella. Chlorella soll in unserem Körper mal ordentlich aufräumen und den ganzen Mist, der sich da über die Jahre angesammelt hat, nach draußen schaffen. Ein schöner Gedanke - wie ein Frühjahrsputz!*

*Mehr auf der nächsten Seite >>>*



# Q & A

Diese Fragen beschäftigen HPULer häufig zum Thema **Bindemittel**:

## Q Kann ich Chlorella als Bindemittel nehmen?

### ANTWORT

2. Chlorella kann Gifte umverteilen, was fatale Folgen haben kann. Chlorella ist KEIN fester Chelator. Das heisst, die Alge kann sich Schwermetalle greifen und an anderer Stelle wieder loslassen. Das kann bis zur Bettlägrigkeit führen (es gibt dokumentierte Fälle dazu). Das kann man (zumindest ein Stück weit) vermeiden, indem man große, und damit meine ich wirklich große Mengen an Chlorella einnimmt. Die allermeisten HPULer haben massive Probleme mit der Verdauung. Wenn man dazu nun große Mengen Chlorella gibt, schmiert die Verdauung oft komplett ab und es kommt schweren Magen-Darm-Beschwerden.

3. Schritt 1 einer HPU Therapie muss immer sein, den HPU Stoffwechsel wieder zu stabilisieren. Das dauert mindestens 6 Monate, meist länger. Wie das geht, zeige ich im HPU-Start-Programm.

[https://hpuandyou.de/hpu\\_start/](https://hpuandyou.de/hpu_start/)

Wichtig dabei ist es, die körpereigenen Entgiftungsphasen wieder gut zum Laufen zu bringen. Wer dieses Thema vertiefen möchte, dem empfehle ich meinen Entgiftungskurs speziell für HPULer.

[https://hpuandyou.de/entgiftung\\_optimieren/](https://hpuandyou.de/entgiftung_optimieren/)

Chlorella ist NICHT die schnelle Lösung für HPULer, im Gegenteil. Chlorella ist für uns potentiell gefährlich! Ich rate dringend davon ab!

Liebe Grüße, Sonja"



# Q & A

Diese Fragen beschäftigen HPUser häufig zum Thema **Bindemittel**:

**Q** Muss ich bei Bindemitteln wie Zeolith (z.B. ZeoBent) oder Huminsäure (z.B. Trinkmoor) Abstand zu Nahrungsergänzungsmitteln bzw. Medikamenten einhalten?

## ANTWORT

Ein Abstand zu Nahrungsergänzungsmitteln muss nicht gehalten werden. Der Hersteller und viele andere Therapeuten sagen, dass sie in einer nicht nennenswerten Menge gebunden werden. Die Praxis zeigt das auch.

Jedoch muss aus Sicherheitsgründen zu Medikamenten Abstand gehalten werden. Dabei sollte man sich an die Angaben des Herstellers halten. Meistens sind es 2 Stunden.

**Q** Wann nehme ich Bindemittel am besten ein?

## ANTWORT

Hierbei kannst du dich an die Angaben des Herstellers halten. Meistens wird die Einnahme auf 2x täglich, also morgens und abends, verteilt. Du kannst sie 30 min vor dem Essen nehmen, aber auch zur Mahlzeit, falls es dir sonst zu stressig ist.



# Q & A

Diese Fragen beschäftigen HPULer häufig zum Thema **Bindemittel**:

**Q** Welche Bindemittel soll ich nehmen? Reicht es, wenn ich nur ein Bindemittel einnehme?

## ANTWORT

Viele HPULer nehmen ZeoBent (Zeolith + Bentonit) und/ oder Trinkmoor (natürliche Huminsäure). Du kannst Trinkmoor und ZeoBent sowohl kombinieren, als auch abwechselnd nehmen.

Trinkmoor ist etwas sanfter als Zeolith und enthält außerdem Gerbstoffe, die gut gegen Entzündungen im Darm wirken. Die Huminsäure im Trinkmoor bindet hauptsächlich Pestizide wie Glyphosat, Histamin und chemische Substanzen.

Das Bindemittel Activomin enthält künstlich hergestellte Huminsäuren.

Zeolith bindet neben Histamin und Gärungsgiften verschiedene Schwermetalle. Zeolith sollte immer mit Bentonit kombiniert werden, da Bentonit die Darmschleimhaut schützt. Denn Zeolith allein kann die Darmschleimhaut auf Dauer reizen. Wichtig ist, dass Zeolith und Bentonit eine gute Qualität haben. Sie sollten als Medizinprodukt zugelassen sein, weil sie so die strengsten Kontrollen durchlaufen müssen und man sich sicher sein kann, dass sie nicht verunreinigt sind. Zeolith und Bentonit aus dem Ausland bestellt ohne irgendwelche Zulassungen können in der Tat stark belastet sein.

Im and You Shop gibt es das ZeoBent, das als Medizinprodukt zugelassen ist.



# Q & A

Diese Fragen beschäftigen HPUser häufig zum Thema **Bindemittel**:

**Reichen Flohsamenschalen oder Heilerde als Bindemittel aus?**

## ANTWORT

Flohsamenschalen sind ein eher sanftes Bindemittel und binden auch nicht speziell Histamin oder Schwermetalle. Sie eignen sich gut bei Verstopfungen oder Durchfall.

Heilerde ist oft stark belastet, daher greifen wir lieber auf das zugelassene Medizinprodukt [ZeoBent](#) zurück.

**Welches Bindemittel für Kinder?**

## ANTWORT

[Trinkmoor](#) oder tatsächlich auch gar keines, da die Leber von Kindern oft noch nicht so überlastet ist. Sie stabilisieren sich meist viel schneller als Erwachsene und sind auch noch nicht so massiv belastet wie manche Erwachsenen.



# Q & A

Diese Fragen beschäftigen HPULer häufig zum Thema **Bindemittel**:

**Q** Welches Bindemittel bei HPULern mit Histaminintoleranz?

## ANTWORT

ZeoBent oder Trinkmoor sind eine gute Wahl. Beide binden Histamin. Jedoch muss die Verträglichkeit von jedem selbst getestet werden. Am besten dosiert man beides sehr langsam hoch, damit sich der Darm daran gewöhnen kann.

Achtung: Chitosan kann bei HPULern mit Histaminintoleranz recht problematisch sein. Doch es gibt auch HPULer mit HIT, die es vertragen.

**Q** Meine Schwermetallwerte sind erhöht. Kann ich mir sicher sein, dass es nicht vom ZeoBent kommt?

## ANTWORT

Ja, das ZeoBent ist ein zugelassenes Medizinprodukt. Es musste sich den strengsten Kontrollen unterziehen. Zeolith und Bentonit aus dem Ausland bestellt ohne irgendwelche Zulassungen können in der Tat stark belastet sein.





# Q & A

Diese Fragen beschäftigen HPUser häufig zum Thema **Bindemittel**:

**Q** Muss ich immer ein Bindemittel nehmen oder nur 2-3x kurweise pro Jahr?

## ANTWORT

Das sollte man von seinem Befinden abhängig machen. Für viele ist die Einnahme eines Bindemittels eine wichtige Unterstützung Ihrer Entgiftung, andere spüren nichts davon.

Am besten probierst du beide Varianten und verschiedene Bindemittel für dich aus und entscheidest dann, ob und wie oft du Bindemittel integrieren möchtest.

Bei Kindern halte ich Bindemittel für nicht unbedingt nötig. Sie stabilisieren sich meist viel schneller als Erwachsene und sind auch noch nicht so massiv belastet wie manche Erwachsenen.

**Q** Binden Huminsäure bzw. Zeolith auch Nahrungsergänzungsmittel?

## ANTWORT

Laut Hersteller und Therapeuten werden Nahrungsergänzungsmittel in einer nicht nennenswerten Menge gebunden. Das zeigt sich auch in der Praxis. Daher brauchst du keinen Abstand einhalten.



# Q & A

Diese Fragen beschäftigen HPUser häufig zum Thema **Bindemittel**:

**Q** Ich vertrage Bindemittel X nicht. Was kann ich tun?

## ANTWORT

An erster Stelle ist es wichtig, das Bindemittel langsam hochzudosieren, damit sich der Darm daran gewöhnen kann. Sollte es trotz langsamen Einschleichens nicht verträglich sein, sollte man ein andere Bindemittel ausprobieren. Hier ist eine Liste möglicher Bindemittel:

- ZeoBent (Zeolith + Bentonit als Medizinprodukt)  
<https://andyoushop.de/product/zeobent-med-detox-pulver-ultrafein/>
- Trinkmoor (natürliche Huminsäure inkl. weiteren wertvollen Inhaltsstoffen für den Darm)  
<https://andyoushop.de/product/trinkmoor-in-der-glasflasche-500-ml/>
- Activomin (künstliche Huminsäure) in jeder Apotheke



*Deine Sonja*

BLEIBEN WIR IN KONTAKT

INSTAGRAM

FACEBOOK





# COPYRIGHT

Die Weitergabe der Inhalte an Dritte, welche das Ziel verfolgen die Inhalte gewerblich, kommerziell, zur Steigerung der Reichweite in den unterschiedlichen Sozialen Medien oder zur Erstellung von Kursen/Seminaren/Schulungen zu nutzen, ist nicht gestattet. Bei Zuwiderhandlungen behalten wir uns das Recht vor, dagegen vorzugehen.

*Sonja Schmitzer*

| HPUANDYOU |